

ISSN 2311-8776

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА



№ 2 (20) – 2017

ВОЛГОГРАД

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

Научно-методический журнал

Свидетельство

о регистрации

ПИ № ФС77-56688

от 26 декабря 2013 г.

выдано Федеральной
службой по надзору в сфере
связи, информационных
технологий и массовых
коммуникаций
(Роскомнадзор)

ISSN 2311-8776

Подписной индекс
в объединенном каталоге
«Пресса России» – 41410

Учредитель:

ФГБОУ ВО «Волгоградская
государственная академия
физической культуры»

Главный редактор:

д.п.н., профессор
ФОМИНА Н.А. (Волгоград)
Тел. (8442) 23-91-57

Заместители

главного редактора:

д.п.н., профессор
АНЦЫПЕРОВ В.В. (Волгоград)
д.б.н., профессор
СЕНТЯБРЁВ Н.Н. (Волгоград)

Редакционная

коллегия:

д.м.н., профессор
БАРАНОВ В.М. (Москва)
д.п.н., профессор
ВЕРШИНИН М.А. (Волгоград)
д.п.н., профессор
ВРУБЛЕВСКИЙ Е.П. (Беларусь)
д.б.н., профессор
ВИКУЛОВ А.Д. (Ярославль)
д.б.н., профессор
ГОРОДНИЧЕВ Р.М. (Великие Луки)
д.п.н., профессор
ДВОРКИН Л.С. (Краснодар)
д.п.н., профессор
ЖИЛИНСКИЙ Л.В. (Латвия)
д.п.н., профессор
ЗУБАРЕВ Ю.А. (Волгоград)
д.п.н., профессор
КУДИНОВ А.А. (Волгоград)

2 (20) – 2017
СОДЕРЖАНИЕ

Сергеев В.Н. «БЕЗ ГРАНИЦ» - научно-практический центр
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО «Волгоград-
ская государственная академия физической культуры» 7

Теория и методика

физического воспитания и спортивной тренировки

- Медведкова Н.И., Медведков В.Д. Анализ некоторых нор-
мативов всероссийского физкультурно-спортивного комплек-
са «Готов к труду и обороне» 10
- Мутьев А.В. Развитие гребного и парусного спорта в гимна-
зиях крима в начале XX столетия 17
- Наскалов В.М., Спащанская В.Н., Мысливчик И.Е. Ориен-
тация студентов на двигательную активность как компонент
ведения здорового образа жизни 27
- Петров С.А., Чичерина А.Д. Инновационные технологии в
подготовке студентов-пловцов в условиях Самарского госу-
дарственного университета путей сообщения 38
- Яковлев А.Н. Формирование телесного здоровья в условиях
функционирования физкультурно-спортивной деятельности.. 44

Вопросы адаптивной физической культуры

- Фомина Н.А. К вопросу использования сюжетно-ролевой
ритмической гимнастики в процессе адаптивного физического
воспитания детей с синдромом Дауна 52

Медико-биологические аспекты

физического воспитания и спортивной тренировки

- Николенко О.В., Левицкая Е.А. Силовой фитнес как сред-
ство коррекции морфофункционального состояния организма
женщин 58
- Федотова И.В., Таможникова И.С. Влияние применения до-
пинг-препаратов на процесс постпрофессиональной адапта-
ции экс-спортсменов 61

Менеджмент в сфере физической культуры и спорта

- Леонова А.Д., Румянцева А.Е., Бондаренко М.П., Перфилье-
ва И.В. Практический опыт управления персоналом в спор-
тивной организации на примере детско-юношеских спортив-
ных школ 69
- Похлебаева К.С., Бондаренко М.П., Зубарев Ю.А. Методика
внедрения деятельности фрилансера в жизнь общества на
примере спортивного клуба «Zebra fitness» 80

ФОРМИРОВАНИЕ ТЕЛЕСНОГО ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Яковлев А.Н., кандидат педагогических наук, старший преподаватель
Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь

В статье отражены научно-методические аспекты физкультурно-спортивной деятельности, которая оказывает влияние на формирование новых представлений о «теле» и «телесности» у школьников и студентов в социуме интеграционного образовательного пространства, ориентированного на создание условий для эффективной социокультурной трансформации в интересах общества.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность; представления о «теле» и «телесности»; интеграция в системе образования; физическое развитие; физическая подготовленность; спортивные практики; телесно-двигательные характеристики.

MAINTAINING BODILY HEALTH THROUGH PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES

Yakovlev A. N., Ph.D. of Pedagogic Sciences, Senior Lecturer
Polessky State University, Pinsk, the Republic of Belarus

The article presents the scientific and methodological aspects of physical and sports activities that influence the formation of new ideas about “body” and “corporeality” of pupils and students in educational environment. It encourages an effective social and cultural transformation in the public interest.

Keywords: physical and sports activities; the ideas of “body” and “corporeality”; integration within the education system; physical development; physical fitness; sports practices; body and motor aspects.

Введение. Педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья детей, школьников и студентов Республики Беларусь и Российской Федераций отражает

состояние интеграционных механизмов, при которых функционирование образовательных учреждений осуществляется на основе достижений науки и практики.

Одним из путей повышения двигательной активности исследуемого контингента является комплексная индивидуализация тренировочной и соревновательной деятельности, которая позволяет конструктивно повысить эффективность учебного процесса и тренировочной деятельности с учетом особенностей научно-обоснованных подходов к физкультурно-спортивной деятельности. Несмотря на внимание, уделяемое учеными РБ и РФ вопросам физического воспитания, можно констатировать, что проблемы телесности человека недостаточно разработаны. Возникла необходимость в научно-исследовательской деятельности, направленной на системное изучение технологий физкультурно-спортивной деятельности в контексте социокультурных трансформаций общества, когда в условиях интеграционных процессов система образования выходит на новый качественный уровень [5].

Настоящие исследования обусловлены процессами трансформации системы физического воспитания, при которых осуществляется влияние на «окультуривание» тела в интересах личности и общества. Инновационно-конкурентный, социально-ориентированный путь развития личности встроен в экономическую модель модернизации экономики, которая трудовые ресурсы формирует с учетом конъюнктуры рынка, а физическая культура и спорт в этих условиях обеспечивают плавный переход к успешной жизнедеятельности [4; 5].

Появление новых видов спортивной практики обусловлено молодежной субкультурой, которая «вырабатывает» свои правила адаптации, главным образом, через экстремальные виды спорта – процесс гармонизации человека осуществляется при «покорении» области двигательной деятельности, освоения новых «живых движений», с учетом вариантов биологического развития, генетических особенностей и интеграции соматотипирования и функциональных возможностей.

Цель. Разработка научного направления целостной личностно ориентированной концепции основанной на верифицировании (проверка истинности) теоретических положений и модульных телесно-оздоровительных технологий в парадигме современного воспитательно-образовательного процесса по физическому воспитанию.

Методы. Оценки морфо-функционального состояния школьников и студентов в динамике состояния физического развития, физической подготовленности и функциональных возможностей организма с использованием комплекса педагогических, психологических, социологических, медико-биологических и математико-статистических

методов исследования. Научные данные дополняются алгоритмом педагогического процесса с целью формирования в онтогенезе физических качеств исследуемого контингента на основе изосомного и изохронного принципа. Уровень развития физических качеств, эффективность инновационной педагогической системы подтверждается тестографическим методом исследования.

Результаты исследований и их обсуждение. В аспекте изучаемой проблемы построения прогностических моделей психолого-педагогической направленности следует учитывать необычную интерпретацию эмпирических данных, то есть, обеспечивать «...прорастание» биомеханического знания во внутренний мир субъекта и через него – в мир культуры и искусства...» [2; 3].

Следовательно, формирование культуры здоровья будет происходить в результате нового понимания проблемы телесности, которая видится как ключевое стратегическое направление науки, образования и культуры в целом.

Движение – это та реальность, которая рассматривается с позиций вариативности двигательного действия. Суть «живого» движения – формировать телесное здоровье, которое зависит от тренированности и совершенствования адаптации, суставных компонентов, мышечных групп, обеспечивающих работу позвоночно-двигательных сегментов позвоночника.

В систему представлений о телесном здоровье входят интегративные его показатели. Анализ психосоматических явлений дает основание полагать, что психосоматический показатель в сфере телесных функций находит отражение в жизнедеятельности человека, отмечает Г.А. Арина (1991) [1].

Здесь нет однозначного ответа, но можно выделить 2 пути, 2 механизма прорыва в телесную сферу: носитель – телесные иннервации, а симптом – вариант нормального выражения чувств в телесных иннервациях с определенными переживаниями.

С позиции телесного здоровья туловище принимает на себя основную физическую нагрузку. Все суставы опорно-двигательного аппарата активно участвуют в двигательных действиях различной сложности, мощности и координации, так как на перераспределение нагрузки по законам биомеханики действуют сила тяжести и силы инерции, ограничивающие подвижность суставов конечностей и позвоночника при выполнении большинства спортивных и оздоровительных упражнений.

Таким образом, синергии – это готовые «блоки», из которых строятся движения человека.

Система физического воспитания в учреждениях образования предусматривает комплексное и систематическое изучение уровня развития физических качеств, ключевыми являются генетически детерминированные: выносливость и быстрота, которые определяют функциональное состояние организма и успешность личности в будущей профессиональной деятельности [4; 5].

В образовательном процессе, несмотря на публикации ученых, в настоящее время еще слабо изучены вопросы, связанные с восприятием школьниками собственной телесной воплощённости в формате психологии и педагогики здоровья, школа продолжает воспитывать личность, «отчужденную» от тела.

Система образования является одной из приоритетных сфер развития, так как социальная потребность в жизненных установках и моделях поведения способствует распространению инноваций в общественной жизни, что наиболее ярко отражено в интегрированных методах обучения – это предметные или специфические умения, получение новых знаний в учебно-творческих ситуациях; метапредметные или универсальные учебные действия в индивидуальной образовательной траектории, др.; личностные изменения, такие как социальные компетенции, личностное самоопределение, готовность к саморазвитию, др.

В образовательном процессе знаниевая модель замещена компетентностной, интегрированные психолого-педагогические методы обучения приобретают особую значимость и связь между классическими знаниями, умениями, навыками и важнейшими компетенциями, должна быть сформирована в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Поэтому телесность школьников и студентов рассматривается с позиции двух ведущих дидактических стратегий (разум должен доминировать над телом, осуществлять его контроль – это возможность создать благоприятное впечатление о себе, соответствие принятым телесным канонам; телесность развивается путём включения тела в физическое действие, при котором субъект совершенствует приёмы спортивной и трудовой деятельности).

Многозначность понятия «постмодерн» можно представить в широком аспекте, который обозначает культурную эпоху, в том числе и формирование новых представлений о «теле» и «телесности» человека. Это новый исторический этап в формировании особенностей культуры постмодерна, где приоритет принадлежит фактору телесности, соматизация как телоцентризм достигла крайних пределов своего развития. В результате цивилизационных перемен в обществе можно определить системы координат: космос – индустрия – технологии, где природное тело как таковое перестало су-

ществовать и стало производным от экономики, политики, науки, спорта и т.д. Как результат такого процесса тело ориентировано на новый имидж, который часто формируется вопреки самой личности и становится инструментом воли, поэтому «выстроенный» образ приобретает реальность, когда объединяется с чувством или ощущением. Если это единство нарушено, он становится абстрактным.

В построенной «заданной» обществом соматической модели в период постмодерна выражены черты разных культур, которые по своему духу и мировоззрению являются чувственно-материальными культурами, где телесный фактор занимает центральное место. В хаотичном пространстве фрагментарности телесность выступает как единственный способ преодоления обозначенного кризиса.

Повышенное внимание к собственному телу является начальным этапом формирования отношения к себе как личности.

Применение новых педагогических технологий, характеризующихся насыщенным информационным потоком, интенсификацией обучения приводит к «отчуждению» учащихся от своих глубинных потребностей и, как следствие, ухудшению их здоровья.

В педагогическом процессе не принято включать внешний облик в систему ценностей личности, вводить его в систему, регулиующую переживания, взаимоотношения с окружающим миром. Телесное развитие воздействует как на внутренние, так и на внешние переменные. Интериоризация социальных реакций на изменение физического облика вызывает перемены в представлении учащихся и студентов о себе. Несоответствие половому стереотипу телосложение вызывает у них ряд психологических проблем и может оказывать воздействие на поведение и психику школьника по трём основным направлениям: телосложение воздействует на соответствующие физические качества и способности; внешность имеет определённую социальную ценность; образ физического «Я», отражен в собственных способностях подростка, через восприятие и оценку окружающими.

Телосложение и мнение о нём окружающих является одним из важных факторов самоидентификации (телесный канон – аспект социально-культурных представлений о маскулинности и фемининности).

«Телесность» в психолого-педагогическом дискурсе имеет социально-смысловую характеристику «выстраивания» психофизической и духовной модели становления растущего человека – всё это образует тот контекст, который важно учитывать на пути формирования у личности здоровьесозидающих идеалов.

Инновационная педагогическая система в условиях многоуровневого образования нуждается в эффективном механизме управления интегрированными образовательными структурами.

Выводы. Телесное здоровье формируется при помощи образовательной программы (ключевые образовательные компетенции о неправильной «эксплуатации» позвоночного столба и формирование на этой «базисной» основе отрицательного отношения к неправильным позам и рискованным нагрузкам), приобретения умений и навыков противодействовать этим явлениям.

Физкультурно-спортивная деятельность должна осуществляться на основе существующих в науке современных научно-методических практико-ориентированных разработок; соответствующих нормативных требований с учетом гендерного аспекта и реализации личностных ценностных ориентаций; повышения качества непрерывного образования, направленного на реализацию жизненных ресурсов человека в аспекте нервно-психической и стрессовой устойчивости, профилактики развития заболеваний, связанных с профессиональной деятельностью.

Заявленное направление научных исследований не исчерпывает всей проблемы достижения индивидуализации обучения в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью, а накопленные данные и их концептуализация внесут определенный вклад в области теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки.

Разработки в области социально-философских, психолого-педагогических наук, теории и методики физического воспитания направлены на поиск интегративного, систематического описания физкультурно-спортивной деятельности как системы, ориентирующей на понимание феноменологических качеств человека как телесных (физических), так и духовных (нравственно-эстетических), что позволит системно и эффективно применять осуществляемые на здоровьесберегающей технологической основе научные разработки.

Литература

1. Арина Г.А. Психосоматический симптом как феномен культуры // Телесность человека: междисциплинарные исследования. – М., 1991. – С. 45-53.
2. Давыдов В.Ю. Методика проведения общероссийского мониторинга физического развития и физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ, ССУЗОВ, ВУЗОВ: учебно-методическое пособие для студентов, преподавателей.

лей, слушателей ФПК. – Волгоград: Волгоградский государственный университет, 2004. – 87с.

3. Масловский Е.А., Власова С.В., Яковлев А.Н. Биомеханические подходы в профилактике нерациональной «эксплуатации» позвоночника // Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы: тезисы докладов Междунар. науч.-практ. конф. – Минск: БГМУ, 2013. – 256 с.

4. Сляднева Л.Н. Телесная пластика как биомеханическая реальность // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 4. – С. 20-23.

5. Сляднева Л.Н., Курьсь В.Н., Сляднев А.А. Телесная пластика как экспликация необратимости биодвижения // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 5. – С. 98-101.

6. Яковлев А.Н. Дифференцированная методика воспитания физических качеств у девушек 15-17 лет на уроках физической культуры в профессионально-техническом лицее: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Смоленск, 2003. – 16 с.

7. Яковлев А.Н. Исследование проблемы телесности в системе физкультурно-спортивной деятельности личности // Известия Сочинского государственного университета. – 2014. – № 1 (29). – С. 243-245.

References

1. Arina G.A. Psihosomaticeskij simptom kak fenomen kul'tury // Telesnost' cheloveka: mezhdisciplinarnye issledovaniya. – M., 1991. – S. 45-53.

2. Davydov V.YU. Metodika provedeniya obshcherossijskogo monitoringa fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti uchashchihsya obshcheobrazovatel'nyh shkol, SSUZOV, VUZOV: uchebno-metodicheskoe posobie dlya studentov, преподавателей, слушателей ФПК. – Волгоград: Волгоградский государственный университет, 2004. – 87 с.

3. Maslovskij E.A., Vlasova S.V., YAKovlev A.N. Biomekhanicheskie podhody v profilaktike neracional'noj «ehkspluatatsii» pozvonochnika // Oздorovitel'naya fizicheskaya kul'tura molodezhi: aktual'nye problemy i perspektivy: tezisy dokladov Mezhdunar. nauch.-prakt. конф. – Minsk: BGMU, 2013. – 256 s.

4. Slyadneva L.N. Telesnaya plastika kak biomekhanicheskaya real'nost' // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2005. – № 4. – S. 20-23.

5. Slyadneva L.N., Kurys' V.N., Slyadnev A.A. Telesnaya plastika kak ehksplikatsiya neobratimosti biodvizheniya // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2012. – № 5. – S. 98-101.

6. YАkovlev A.N. Differencirovannaya metodika vospitaniya fizicheskikh kachestv u devushek 15-17 let na urokah fizicheskoy kul'tury v professional'no-tekhnicheskom licee: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. – Smolensk, 2003. – 16 s.

7. YАkovlev A.N. Issledovanie problemy telesnosti v sisteme fizkul'turno-sportivnoj deyatel'nosti lichnosti // Izvestiya Sochinskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2014. – № 1 (29). – S. 243-245.

Контактная информация: Yak-33-c1957@mail.ru